

ГАЗЕТА "МИР ДЕТСТВА"



*ВЫПУСК № 7
(март 2024 г.)*

*МДОУ д/с
общеразвивающего вида № 37*

Советы Доктора Айболита

Закаливание



- Основные Средства закаливания - солнце, воздух и вода, босохождение, самомассаж.
- Комнату, где находится ребёнок, необходимо тщательно проветривать. Оптимальная температура в помещении 19-20 градусов. Ребёнок должен находиться в тонкой рубашке или платье.
- Самый доступный вид закаливания - воздушные ванны. Г.И. Сперанский писал : "День, проведённый ребёнком без прогулки, потерян для его здоровья". Ребёнок дошкольного возраста должен ежедневно находиться на воздухе не менее 3 часов.
- Солнечные ванны хотя и полезны (они укрепляют защитные силы организма), должны быть строго дозированы. Во время принятия солнечных ванн голову следует прикрывать панамкой.
- Наиболее сильным средством закаливания является вода. К водным процедурам относятся : обливание, обтирание, душ, купание в открытых водоёмах. Водные процедуры должны проводиться после утренней зарядки.
- Зарядка, водные процедура, завтрак способствуют тому, что ребёнок становится бодрым, у него появляется желание активно играть, идти в детский сад, а затем и в школу.



Медицинская сестра
Чавкина Людмила Юрьевна

Консультация психолога

Если ребенок упрямится

Причинами такого поведения далеко не всегда является личная особенность ребенка. Чаще всего, это реакция на необоснованные требования взрослых, слишком регламентирующих, лишаящих ребенка инициативы и самостоятельности. Подумайте, прежде чем предпринимать «ответственные меры».

Что значит упрямиться? Проанализируйте примеры упрямства. Спросите других членов семьи, воспитателей, как отзывается ребенок на их просьбы и предложения.

Как быть

- Если все дело в ваших действиях — начинайте с себя. Пересмотрите ваши собственные требования к послушанию ребенка. Определите ему достаточное пространство для проявления самостоятельности, инициативы.
- Измените свой словарь. Исключите слова, подчеркивающие негативные стороны действий ребенка: «опять ты упрямисься», «делаешь мне назло» и т.д. Напротив, используйте слова, подчеркивающие эффективность действий, инициативы ребенка: «Ты решил сам надеть ботинки и у тебя все получилось», характеризующие его лучшие стороны и достижения: «я так рада, что ты не забыл положить щетку на место», «я люблю твои игрушки — там такой порядок». Кому же не захочется повторять и повторять свои хорошие действия, если мама их видит и так приятно оценивает?
- Попробуйте разобраться, что не любит ребенок, и чем совершенно безболезненно для ребенка и вашего родительского авторитета это можно заменить. Например, ребенок категорически отказывается от купания в ванне. Нельзя ли заменить омовение душем? Или спросить, что может сделать купание в ванне приятным?
- Не пытайтесь переупрямить упряма. Вы можете сдать быстрее, и тогда он и в другой раз найдет, как применить свою власть над вами.
- Причинами такого поведения далеко не всегда является личная особенность ребенка. Чаще всего, это реакция на необоснованные требования взрослых, слишком регламентированных, лишаящих ребенка инициативы и самостоятельности.



Педагог-психолог
Леваднева Иоланта Александровна

На заметку родителям

О правилах утренней гимнастики

О пользе зарядки знают все от мала до велика, но лишь немногие выполняют ее регулярно. И совершенно напрасно, ведь утренняя зарядка заряжает энергией на целый день, развивает мышцы и формирует красивое тело, способствует оздоровлению организма, укрепляет иммунитет, дарит хорошее настроение.

Если вы решили приучать себя и ребенка к зарядке по утрам, приготовьтесь выполнять ее ежедневно. Она будет способствовать вашей самодисциплине и организованности, что также благоприятно скажется на развитии волевых качеств ребенка. Договоритесь, что будете мотивировать друг друга и ни за что её не пропустите.

Если хотите, чтобы утренняя зарядка приносила вам и ребенку пользу и радость, помните о нескольких правилах.

10 правил зарядки для детей

1. В теплое время года зарядку лучше выполнять на свежем воздухе. Это принесет больше пользы и поможет быстрее проснуться. Если же погода или условия не слишком способствуют зарядке на улице, позаботьтесь о том, чтобы помещение, в котором вы будете заниматься вместе с ребенком, было хорошо проветрено и наполнено свежим воздухом.
2. Зарядку следует проводить на голодный желудок перед завтраком. Но перед упражнениями лучше прополоскать рот, можно выпить стакан воды.
3. Время зарядки и сложность упражнений зависят от состояния здоровья и возраста ребенка. В среднем зарядка не должна превышать 10—15 мин. Чтобы зарядка не была скучной, используйте веселые стишки.
4. Не забывайте о музыке. Под веселую энергичную музыку делать зарядку веселее и интереснее.
5. Утреннюю зарядку следует начинать с быстрой ходьбы. За тем выполняйте упражнения для рук, пояса и спины, далее упражнения на укрепление мышц туловища и ног. Не забывайте о правильной осанке. Следите, чтобы ребенок выполнял все упражнения правильно.



Ребенок выполняет повороты головы вправо и влево.

На лесной полянке в ряд
Звери делают зарядку.
Заяц головой вращает,
Мышцы шеи разминает.
Делает старательно каждое движение,
Очень ему нравится это упражнение.

Полосатенький енот
Изображает вертолет:

Разводит руки в стороны, поворачивается назад и вперед.

Лапками машет назад и вперед,
Словно собрался в далекий полет.
Серый волк немного сонный,
Выполняет он наклоны.
Выполняет наклоны в стороны.
Ты, волчишка, не ленись,
Вправо, влево наклонись,
А потом вперед, назад,



Получишь бодрости заряд!
Медвежонок приседает,
Выполняет приседания.
От пола пятки отрывает,
Спинку держит прямо-прямо!
Так учила его мама.
Ну а белки, словно мячики,
Прыгает.
Дружно прыгают и скачут!



6. Заканчивать зарядку стоит прыжками или бегом на месте. Заключительные упражнения должны длиться не более мину ты. Затем переходите к ходьбе и упражнениям для успокоения дыхания.

7. Следите за дыханием ребенка. Вдох нужно делать через нос глубоко, а выдох — через рот медленно.

8. Зарядку следует заканчивать обливанием, душем или обтираниями.

9. Каждые 2—3 недели меняй те упражнения, чтобы ребенку не надоело.

10. Увеличивайте сложность и интенсивность движений постепенно, чтобы детский организм привык к нагрузке.

Комплексы утренней зарядки в стихах

Медвежата в чаще жили,
Головой своей крутили.
Вот так, вот так.

Ребенок выполняет круговые движения головой.

Головой своей крутили.
Медвежата мед искали,
Дружно дерево качали.
Вот так, вот так.

Поднимает руки вверх и делает наклоны вправо и влево.

Дружно дерево качали.

А потом они ходили
Ходит «по-медвежьи».

И из речки воду пили.

Вот так, вот так.

И из речки воду пили.

Выполняет наклоны туловища вперед.

А потом они плясали,

Выполняет «пружинку» с поворотом туловища влево и вправо.

Лапы выше поднимали.

Прыгает, хлопая руками над головой.

Вот так, вот так

Лапы выше поднимали.



Развиваемся

РЕЧЕВЫЕ ИГРЫ ПО ДОРОГЕ В ДЕТСКИЙ САД

Играть и заниматься с ребенком можно не только за столом дома, но и по пути в детский сад. Уважаемые родители, превратите дорогу в детский сад в игру познавательную, развивающую, интересную как для Вас, так и для вашего ребенка. Игру, которая поможет пробудить его речь и мысли.

Игра «Кто или что может это делать?» (систематизация словаря)

Взрослый называет действие, а ребенок подбирает предметы. Например, слово идет, ребенок подбирает девочка идет, мальчик идет, кошка идет, снег идет и т. д. Подберите слова к глаголам стоит, сидит, лежит, бежит, плавает, спит, ползает, качается, летает, плавает,...

Игра «Что на что похоже» (развитие связной монологической речи, развитие творческих способностей ребенка)

Ребенку предлагается подобрать похожие слова (сравнения)

Белый снег похож на...(что?) Синий лед похож на...

Густой туман похож на...

Чистый дождь похож на...

Блестящая на солнце паутина похожа на...

День похож на...

Игра «Подружи слова» (образование сложных слов)

листья падают – листопад,

снег падает – снегопад,

вода падает – водопад,

сам летает – самолет,

пыль сосет – пылесос...



РЕЧЕВЫЕ ИГРЫ ПО ДОРОГЕ В ДЕТСКИЙ САД

Игра «Все сделал» (образование глаголов совершенного вида).

Скажи, как будто ты уже все сделал (сделала). мыл – вымыл, вешает – повесил, одевается – оделся, прячется – спрятался, гладит – погладил, стирает – постирал, рисует – нарисовал, пишет – написал, поливает – полил, ловит – поймал, чинит – починил, красит – покрасил, убирает – убрал, строит – построил

Игра «Ты идешь, и я иду» (закрепление в речи глаголов с разными приставками)

Ты выходишь, и я выхожу, ты обходишь и я обхожу и т. д. (подходить, заходить, переходить...) Можно по аналогии использовать глаголы ехать, лететь.

Игра «А что, если...» (развитие связной речи и мыслительных процессов)

Взрослый начинает фразу, ребенок заканчивает. А что произошло, если бы не было ни одной машины... А что произошло, если бы не было птиц... А что произошло, если бы не было конфет... А что бы произошло, если бы было все вокруг твоим... (И т. д. возможно придумать различные варианты).

Игра «Найди дерево» (выделение признаков деревьев: общая форма, расположение ветвей, цвет и внешний вид коры)

Рассмотреть и научиться рассказывать о деревьях и кустарниках, которые встречаются по дороге в детский сад.



РЕЧЕВЫЕ ИГРЫ ПО ДОРОГЕ В ДЕТСКИЙ САД

Игра «Что для чего» (активизация в речи сложных слов)

Взрослый предлагает вспомнить, где хранятся эти предметы.

хлеб – в хлебнице, сахар – в сахарнице,
конфеты – в конфетнице, мыло – в мыльнице,
перец – в перечнице, салат – в салатнице, суп – в суп-
нице, соус – в соуснице и т. д.

Игра «Говорим и думаем» (закрепление многозначности слова)

Иногда мы говорим одинаковые слова, но думаем о разных предметах. Найдите в стихотворении слова, которые звучат одинаково.

В чужой стране, в чудной стране,
Где не бывать тебе и мне,
Ботинок с черным язычком
С утра лакает молочко.
И целый день в окошко
Глядит глазком картошка.
Бутылка горлышком поет,
Концерты вечером дает.
И стул на гнутых ножках
Танцует под гармошку. (И. Токмакова)

Вспомните, применительно к каким предметам используют слова: ручка, коса, ключ, глазок, ножка, язычок...



РЕЧЕВЫЕ ИГРЫ ПО ДОРОГЕ В ДЕТСКИЙ САД

Игра «Как можно...» (расширение и активизация словаря)

Взрослый спрашивает: «Как можно играть?» Ребенок отвечает: «Весело, интересно, громко, дружно...»

Другие вопросы: - Как можно плакать? (Громко, тихо, жалобно, горько...) - Как можно мыть посуду? (Хорошо, плохо, чисто, быстро...) - Как можно пахнуть? (Приятно, вкусно, аппетитно, нежно...) - Как можно быть одетым? (Аккуратно, небрежно, модно...) - Как можно смотреть? (Ласково, зло, внимательно...)

Игра «Исправь предложение» (исправление смысловых ошибок в предложении)

Взрослый произносит неправильное предложение, а ребенок исправляет. - Жук нашел Сашу. (Саша нашел жука.) - Пол бежит по кошке. - Наташа жила у ежика. - Снежная баба лепит Ваню. - Катя ужалила осу. И т. д.

Игра «Исправь предложения».

Сначала родились мы, а потом – наши родители.

Бабушка младше мамы.

Я – бабушкина дочка.



Воспитатель

Бокарева Марина Святославовна

Консультация специалиста

КАК НАУЧИТЬ РЕБЁНКА ОДЕВАТЬСЯ?

Эта проблема начинает заботить родителей, когда ребенку уже около двух лет. Нередко папы и мамы впадают в две крайности: одни ожидают, что ребенок быстро научится одеваться сам, другие, наоборот, долго не дают малышу взять инициативу в свои руки. Причина, как ни странно, одна — недостаток терпения!

Действительно, кроха, который только учится одеваться, делает все очень долго. Тем, на что взрослому человеку хватит пяти минут, вдумчивый малыш может заниматься битый час. Такие долгие сборы часто вызывают вспышки маминого гнева или, в лучшем случае, желание одеть ребенка самой.

Подчас, взрослые даже не догадываются, с какими трудностями сталкиваются дети, обучаясь элементарным вещам. В результате между родителями и ребенком возникает непонимание, чтобы этого не произошло, попробуем посмотреть на процесс одевания глазами ребенка.



Воспитатель
Бокарева Марина Святославовна

Играя, учись

Дидактические игры и упражнения
для развития мелкой моторики

Игры с мелкими предметами

1. "Кто запомнит?"

Оборудование: коробочка с цветными палочками разной величины, образцы, нарисованные на таблицах.

Содержание: взрослый показывает ребенку образец 5-10 сек. Ребенок должен внимательно его рассмотреть и запомнить, в каком порядке размещены палочки. Взрослый убирает таблицу, и ребенок самостоятельно выкладывает из палочек рисунок, который он только что видел. По окончании работы ребенок сверяет рисунок с образцом.

2. "Волшебный куб"

Оборудование: "волшебный куб" - их сейчас продается великое множество с различной тематикой (геометрические фигуры, животные, цветы, цифры и т.п.). Можно изготовить самим такой куб: взять коробку в форме куба из плотного картона, подобрать фигурки по выбранной тематике (например, геометрические) примерно одного размера и сделать соответствующие отверстия в коробке. Все можно раскрасить в разные цвета. На первом этапе надо показать ребенку, что каждая фигурка попадает только в одно отверстие, а в другое - нет; затем совместно попытаться разложить фигурки. И только потом можно предоставить ребенку самому попробовать. И если не получится, попробовать сначала.

Работа с бусами

Отлично развивает руку разнообразное нанизывание. Нанизывать можно все что нанизывается: пуговицы, бусы, рожки и макароны, сушки и т.п. Можно составлять бусы из картонных кружочков, квадратиков, сердечек, листьев деревьев, в том числе сухих, ягод рябины.

Используемые материалы: бусы различной текстуры, леска, нитки, пуговицы, макароны, сушки, шнурки и другие материалы (зависит от фантазии).

Содержание: Взрослый раскладывает на столе бусинки разного размера, но одного цвета (или одного размера, но разных цветов, или разных размеров и разных цветов). Предлагается самостоятельно сделать бусы, в которых чередуются большие и маленькие бусинки, или красные и синие, или круглые и квадратные и т.п. При выполнении этого задания важно, чтобы ребенок не только правильно продевал нитку в отверстия бусинок, но и соблюдал определенную последовательность нанизывания бусинок. Можно предложить ребенку самому придумать материал для нанизывания и узор.



Рисование

В процессе рисования у детей развиваются не только общие представления, творчество, углубляется эмоциональное отношение к действительности, но формируются элементарные графические умения, столь необходимые для развития ручной ловкости, освоения письма. Рисую, дети учатся правильно обращаться с графическим материалом и осваивают различную изобразительную технику, у них развивается мелкая мускулатура руки. Рисовать можно черными и цветными карандашами, фломастером, мелом, акварельными красками, гуашью. Безусловно, рисование способствует развитию мелких мышц руки, укрепляет ее. Но надо помнить, что при обучении рисованию и письму специфичны положения руки, карандаша, тетради (листа бумаги), приемов проведения линий.

Оборудование: Краски, карандаши, восковые мелки или пастель, фломастеры и иные материалы. Бумага для рисования должна быть разных форматов и оттенков. Необходимо также иметь кисти разных размеров, губки для закрашивания больших пространств и т.д.

Содержание: Для начала хорошо использовать:

1. обводку плоских фигур. Обводить можно все: дно стакана, перевернутое блюдце, собственную ладонь, плоскую игрушку и т.д. Особенно подходят для этой цели формочки для приготовления кексов;

2. рисование по опорным точкам;
3. дорисовывание второй половины рисунка;
4. рисунок по образцу, не отрывая руки от бумаги.

Хорошо развивает моторную ловкость рисование орнаментов на листах в клетку (графические упражнения) сначала простым карандашом, затем цветными. Выполнять такие упражнения можно с 5 - 6 лет. Дети с интересом занимаются подобным рисованием. Когда рука ребенка немного окрепнет, то рисунки в его исполнении становятся опрятнее и красивее.

Работа с бумагой и ножницами.

Изготовление поделок из бумаги также является одним из средств развития мелкой мускулатуры кистей рук. Эта работа увлекает дошкольников, способствует развитию воображения, конструктивного мышления. Работа с бумагой заканчивается определенным результатом, но, чтобы его достичь, нужно овладеть необходимыми навыками, проявить волю, терпение. Важно, чтобы дети испытывали радость от самостоятельно выполненной работы, почувствовали веру в свои силы и возможности. Этому должны способствовать и подобранные в соответствии с возрастом задания, и поощрения взрослых.



Воспитатель

Бокарева Марина Святославовна

Игры для маленьких Почемучек

Слова – действия

(Скажи что делает...)



maXnika

Большой – маленький

(Назови предмет ласково)



Скажи ласково про: стол, цветок, вазу, мышь, машину....



maXnika